

FIZINIO AKTYVUMO SKATINIMO PLANAS

2021 m.

TREPSIUKŲ GR.

Fizinio aktyvumo veiklos	Planuojama data	Atsakingi
„Piratų mankštelė“(grupėje)	Kovo 8d	IU mokytojos Rasa Paulionienė, Ineta Deksnienė
„Ryklių šokis“(salėje)	Balandžio 29d	IU mokytojos Rasa Paulionienė, Ineta Deksnienė
Sportinės rungtys „Kenguriukai“(lauke)	Gegužės 18d	IU mokytojos Rasa Paulionienė, Ineta Deksnienė
Rytinės mankštos (lauke) Estafetės su kamuoliukais	Birželio 1-30d Birželio 11d	IU mokytojos Rasa Paulionienė, Ineta Deksnienė
Rytinės mankštos (lauke) Sportinės pramogos su vandeniu	Liepos 1-31d Liepos 16d	IU mokytojos Rasa Paulionienė, Ineta Deksnienė
Rytinės mankštos (lauke) Judrieji žaidimai lauke „Diena –naktis“, „Zuikiai ir medžiotojas“, „Vilkas ir avelės“	Rugpjūčio 1-31d Rugpjūčio 20d	IU mokytojos Rasa Paulionienė, Ineta Deksnienė
Estafetės panaudojant gamtinę medžiagą	Rugsėjo 10d	IU mokytojos Rasa Paulionienė, Ineta Deksnienė
Sportinė pramoga „Per balutę opa-pa“	Spalio 15d	IU mokytojos Rasa Paulionienė, Ineta Deksnienė
Judrieji bei ramūs žaidimai(salėje) „Voveriukų mankšta“, „Voriukų tinklas“, „Plunksnelės kelionė“	Lapkričio 12d	IU mokytojos Rasa Paulionienė, Ineta Deksnienė

PIRATŲ MANKŠTELĖ

2021 03 08

Vaikai atliko mankštelę pagal Pirato Flinto dainą „Piratų mankšta,, atkartoję judesius pagal mankštelės žodžius, lavino atskiras kūno raumenų grupes, lavino stambiąją motoriką.



Mankštelę pravedė I U mokytojos Ineta Deksnienė ir Rasa Paulionienė

RYKLIŲ ŠOKIS

2021 04 29

Šokio dienos proga vaikai išmoko šokti „Ryklių šoki“, ir šventės metu atliko jį sinchroniškai skambant dainelei, lavindamį meninius gebėjimus. Mokėsi sukonzentruoti dėmesį.



Parengė PU mokytojos Ineta Deksnienė ir Rasa Paulionienė

SPORTINĖS RUNGTYS „KENGŪRIUKAI,,

2021 05 18

Gegužės 18 d lauko sporto aikštelėje vyko sportinės rungtys „Kengūriukai,, kurių metu vaikai aktyviai judėjo inscenuodami kengūrų šuoliukus, rungėsi kas toliau nušoliuos, nustraksės...



Parengė IUmokytojos Ineta Deksnienė ir Rasa Paulionienė

ESTAFETĖS SU KAMUOLIUKAIS

2021 06 11

Birželio 11 d lauko aikštelėje dalyvavome įvairiose rungtyse ir estafetėse su kamuoliukais: vaikai varžėsi kas daugiau surinks kamuoliukų, kieno kamuoliukas toliausiai nuriedės, kieno greičiausiai skrieja ir t. t.



Parengė IUmokytojos Ineta Deksnienė ir Rasa Paulionienė

SPORTINĖS PRAMOGOS SU VANDENIU

2021 06 16

Liepos mėnesį daug dėmesio skyrėme vandens pramogoms: plukdėme laivelius, svėrėm vandenį, matavom jo temperatūrą, braidėme, taškėmės ir linksmai pramogavom.



Parengė IUmokytojos Ineta Deksnienė ir Rasa Paulionienė

JUDRIEJI ŽAIDIMAI LAUKE

2021 08 20

Pasitelkdami į pagalbą įvairią fizinę įrangą ir priemones vaikai smagiai sportavo, lavino ištvėrę, rungėsi tarpusavyje, mokėsi suvokti taisyklių esmę, dirbti komandoje



Pravedė IU mokytojos Rasa Paulionienė ir Ineta Deksnienė

ESTAFETĖS PANAUDOJANT GAMTINĘ MEDŽIAGĄ

2021 09 10

Vaikai šių estafečių metu rinko kankorėžius į kibirėlius ir barstė į baseinėlį. Kiti iš baseinėlio kankorėžius ir dėjo į kibirėlius. Rinko pagaliukus ir šoko per juos, lavindami staigią reakciją, greitumą,



Parengė IU mokytoja Ineta Deksnienė